



Unterstützung: Katia Gmür gibt einer Patientin am Trainingsgerät Hilfestellung. Bild: zvg

# Hilfe gegen die Krankheit mit den vielen Gesichtern

Katia Gmür aus Rapperswil hat als Fachmaturitätsarbeit an der Kantonsschule Wattwil das Thema Multiple Sklerose (MS) gewählt. An ihrer Praktikumsstelle erarbeitete sie einen Physiotherapie-Trainingsplan für zwei MS-Betroffene.

Gabi Corvi

Am Sonntag, 30. Mai findet der internationale MS-Tag statt. Alljährlich wird an diesem Tag weltweit zur Krankheit informiert und sensibilisiert. Der Aktionstag rückt insbesondere die Solidarität mit MS-Betroffenen in den Fokus und bringt ihre Anliegen und die ihres Umfeldes aufs Tapet. Gemäss der Multiple Sklerose Gesellschaft Schweiz sind in unserem Land rund 15000 Menschen von dieser chronischen und unheilbaren Krankheit betroffen.

Katia Gmür, welche die Fachmittelschule in Wattwil diesen Sommer mit dem Praktikumsjahr abschliesst, widmete sich diesem Thema aus physiotherapeutischer Sicht. Die angehende Absolventin des Bachelor-Studiums in Physiotherapie der Fachhochschule Ost begleitete zwei von MS betroffene Patienten während zwei Monaten mit individuell zusammenge-

stellten Trainingsplänen. Sie überprüfte dabei deren Fortschritte – insbesondere in Bezug auf Verbesserungen im Alltag. «Denn die Hauptziele der Behandlungsmassnahmen sind der Erhalt der Lebensqualität und eine möglichst lange Mobilität und Selbstständigkeit der MS-Betroffenen», so Gmür.

## Traumjob Physiotherapeutin

«Schon seit der fünften Klasse steht mein Berufswunsch fest», betont Katia Gmür lachend. Damals war sie in physiotherapeutischer Behandlung und fand es faszinierend, wie durch gezielte Behandlungsmassnahmen ihre Beschwerden gelindert werden konnten.

Die kompetenten Anweisungen der PhysiotherapeutInnen und insbesondere die direkte Unterstützung sprachen sie an. So etwas wollte sie später auch können. «Patienten zu helfen und zu sehen, dass es ihnen

unter Anwendung der richtigen Methoden besser geht, ist auch heute meine Motivation», beschreibt es die 20-jährige anschaulich.

So hat sie sich auch gefreut, dass sie im Kantonsspital Glarus in der Abteilung Physiotherapie ihr FMS-Praxisjahr machen konnte. Dabei kam sie mit Patientinnen und Patienten mit unterschiedlichen Krankheitsbildern und Beschwerden in Kontakt. Darunter waren und sind auch MS-Betroffene.

Gerade das vielschichtige Krankheitsbild und die Krankheitsverläufe, die sich schubförmig oder progredient präsentieren, haben Gmür interessiert. Nicht von ungefähr kommt auch die Bezeichnung «Krankheit mit tausend Gesichtern».

Die MS-Erkrankung, die Entzündungen des Nervensystems hervorruft, zeigt sich in mannigfachen Symptomen, Beeinträchtigungen und Schweregraden wie Sehstörungen, Emp-

## Am Sonntag, 30. Mai, findet der internationale MS-Tag statt.

findungsstörungen, aber auch in Spastiken und ausgeprägten Lähmungen. «Gerade bei MS-Patienten kann darum Hilfe nicht mit Heilung gleichgesetzt werden. Ziel ist die Linderung der Beschwerden und der Erhalt der Fähigkeit, den Alltag möglichst selbstständig zu gestalten», ist sich Gmür bewusst.

Umso mehr reizt es die junge Frau, Wege zu suchen, die individuelle Situation der Betroffenen zu verbessern. In ihrer Arbeit griff sie darum das «Werkzeug» der bedürfnisgerechten Trainingseinheiten für Kraft und Ausdauer auf.

### Wichtiges subjektives Empfinden

In ihrer Abschlussarbeit begleitete sie – unterstützt durch Fachmitarbeitende des Kantonsspitals Glarus – schliesslich einen Mann und eine Frau im spital-eigenen medizinischen Trainingscenter zwei Monate lang mit speziell abgestimmten Übungen. «Die Motivation der beiden MS-Patienten war sehr hoch», freut sich Katia Gmür.

Übungen wie Beinpresse, Seilzug, Gleichgewichtsübung an der Sprossenwand oder Semi-Tandem-Stand konnten je nach Mobilität der «Probanden» durchgeführt werden. Anhand von Diagrammen, welche über die Übungsintensität und über die verwendeten Gewichte Auskunft gaben, konnten Rückschlüsse zu Verbesserungen oder Verschlechterungen gezogen werden.

Fragebogen zum subjektiven Empfinden ergänzten die Auswertungen. Insbesondere die Borg-Skala, durch welche das Belastungsempfinden definiert werden kann, half mit, die Trainings jederzeit anzupassen.

Gmür sah sich in vielerlei Hinsicht in ihrer Arbeit bestätigt. Die Patientin gewann beispielsweise durch das Training Kraft und der Transfer aus dem Rollstuhl gelang besser. Der Patient gab an, dass ihm dank des Gleichgewichtstrainings das Gehen leichter fiel. Zudem war ihm das Training und der Austausch – gerade in der Corona-Zeit – eine grosse Abwechslung.

Katia Gmür interessiert sich stark für die ganzheitlichen Zusammenhänge in der Behandlung von Patienten mit neurologischen Erkrankungen wie Multiple Sklerose. Sie hofft, durch ihr Physiotherapie-Studium schon bald vertieft in dieses Fachgebiet eintauchen zu können und ganz viele bewährte und neue Behandlungsansätze kennenlernen zu dürfen. Ihre aufwendige Fachmaturitätsarbeit, die sie notabene mit der Note 5,5 abschloss, ist für sie ein erster Schritt in diese Richtung.

## Ausländer sollen an die Urne dürfen

**St.Gallen** Die St. Galler Regierung will den Gemeinden ermöglichen, unter bestimmten Voraussetzungen das Stimmrecht für Ausländerinnen und Ausländer einzuführen. Eine Senkung des Stimmrechtsalters auf 16 Jahre auf Gemeindeebene hingegen sei «unzweckmässig».

Die Grüne Fraktion hat in der Aprilsession eine Motion eingereicht, die verlangt, dass die Gemeinden einen Spielraum bei der Ausgestaltung der politischen Rechte erhalten. Dieser Spielraum soll es ihnen ermöglichen, das Stimmrechtsalter 16 sowie das Ausländerstimmrecht in Gemeindeangelegenheiten einzuführen.

Die Regierung zeige sich in ihrer Stellungnahme an den Kantonsrat offen für eine solche Debatte und beantrage die Gutheissung der Motion mit geändertem Wortlaut, heisst in einer Mitteilung der Grünen vom Freitag. Die Beteiligung eines möglichst grossen Anteils der ansässigen Bevölkerung am gesellschaftlichen und politischen Diskurs trage laut Regierung zur Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts bei.

### Erfreut, aber ...

Die Grünen sind erfreut über die Bereitschaft der Regierung, das fakultative Ausländerstimmrecht auf Gemeindeebene einzuführen. Sie hoffen, dass der Kantonsrat an der bevorstehenden Juni-Session dieser aufgeschlossenen Haltung folgt.

Zum Stimmrechtsalter 16 antwortete die Regierung: Eine Differenzierung zwischen politischer und zivilrechtlicher Mündigkeit sei unzweckmässig. Die Skepsis der Regierung ist für die Grünen nur bedingt nachvollziehbar, da auch eine fakultative Senkung des Stimmrechtsalters die politische Integration sowie die Gemeindeautonomie stärken würde. Die Fraktion will an ihrer Landsitzung von heute Samstag entscheiden, ob sie sich dem Antrag der Regierung anschliesst oder an der ursprünglichen Fassung des Motionstextes festhalten wird. (sda)

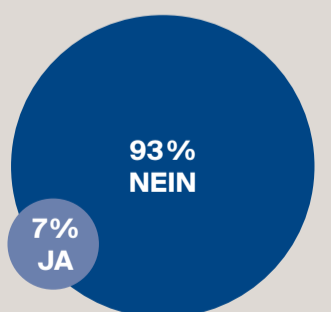
## «Patienten zu helfen und zu sehen, dass es ihnen besser geht, ist meine Motivation.»



Katia Gmür  
Fachmittelschülerin

### ! WIR HATTEN GEFRAGT

Bedauern Sie die Absage der Streetparade in Zürich?



### ? FRAGE DES TAGES

Investieren Sie in Kryptowährungen?

Stimmen Sie online ab:  
[suedostschweiz.ch](https://www.suedostschweiz.ch)